



ನವರಾತ್ರಿಗೆ ಸಿಹಿ ಸಿಹಿ

ನವರಾತ್ರಿ ಹಬ್ಬಕ್ಕೆ ಪ್ರತೀದಿನ ಏನಾದರೊಂದು ಸಿಹಿ ಮಾಡುವ ಸಡಗರ. ಬೆಲ್ಲ, ಸಿರಿಧಾನ್ಯ, ಗುಲ್ಕಂದ್, ಡೈಫ್ರೂಟ್ಸ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಹಲವಾರು ನಮೂನೆಯ ಪಾಯಸಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಆಚರಿಸಬಹುದು.

■ ಗೀತಸದಾ, ಮೋಂತಿಮಾರು



ಪೂರಿ ಪಾಯಸ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಮೈದಾಹಿಟ್ಟುವರಡು ಕಪ್/ ಹಾಲು ಒಂದೂವರೆ ಲೀಟರ್
ಸಕ್ಕರೆ ಒಂದೂವರೆ ಕಪ್/ ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
ಬಾದಾಮಿ ಹಾಲಿನ ಪುಡಿ ಆರು ಚಮಚ/ ಕೇಸರಿದಳ
ನಾಲ್ಕು

ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಹುರಿದ ಗೋಡಂಬಿ, ಬಾದಾಮಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ
ಆರು ಚಮಚ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮೈದಾಹಿಟ್ಟನ್ನು ಪೂರಿ ಹಿಟ್ಟಿನಂತೆ ಕಲಸಿ, ತೆಳ್ಳಗೆ ಪೂರಿ
ಮಾಡಿ, ಕೆಂಪಗೆ ಕರಿದು ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.
ನಂತರ ಈ ಪೂರಿಗಳನ್ನು ಪುಡಿಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಇದಕ್ಕೆ
ಕುದಿಯುವ ಬಿಸಿನೀರು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರಮಾಡಿ ನೀರನ್ನು
ಸೋಸಿ. ನಂತರ, ಕುದಿಯುವ ಹಾಲಿಗೆ ಪುಡಿಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಂಡ
ಪೂರಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ
ಕುದಿಸಿ. ಪಾಯಸದ ಹದಕ್ಕೆ ಬರುವಾಗ ಬಾದಾಮಿಹಾಲಿನ
ಪುಡಿ, ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ, ಕೇಸರಿ, ಗೋಡಂಬಿ ಹಾಕಿ ಒಲೆಯಿಂದ ಇಳಿಸಿ.
ದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಕೊನೆಗೆ ಹಾಕಿದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಗುಲ್ಕಂದ್ ಖೀರು

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಹಾಲು 1 ಲೀಟರ್/ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿದ ಬಾಸುಮತಿ ಅನ್ನಅರ್ಧ ಕಪ್/ ಕಂಡೆನ್ಸ್ಡ್ ಮಿಲ್ಕ್ ಆರು ಚಮಚ

ಗುಲ್ಕಂದ್ ಎರಡು ಚಮಚ/ ಸಕ್ಕರೆ ರುಚಿಗೆ ಬೇಕಷ್ಟು

ಸಪ್ತಕೋವಾ 1 ಚಮಚ/ ಗುಲಾಬಿ ಎಸಳು ಸ್ವಲ್ಪ

ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಹುರಿದ ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಬಾದಾಮಿ

ಆರು ಚಮಚ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಹಾಲನ್ನು ಕಾಯಲು ಇಡಿ. ಇದು
ಬಿಸಿಯಾದಾಗ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿದ ಅನ್ನ ಹಾಕಿ
ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮ್ಯಾಶ್ ಮಾಡುವ ರೀತಿ ಮಗುಚುತ್ತಾ
ಕುದಿಸಿ. ನಂತರ, ಇದಕ್ಕೆ ಕಂಡೆನ್ಸ್ಡ್ ಮಿಲ್ಕ್,
ಸಪ್ತಕೋವಾ, ಗುಲ್ಕಂದ್, ಸಕ್ಕರೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು
ಸೇರಿಸಿ ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಮಗುಚುತ್ತಾ ಇದ್ದು,
ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹೊಂದಿಕೊಂಡ ಮೇಲೆ ಒಲೆಯಿಂದ
ಇಳಿಸಿ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಕರಿದ ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ,
ಗುಲಾಬಿ ಎಸಳುಗಳಿಂದ ಅಲಂಕರಿಸಬಹುದು.

